Kesehatan Mental, Masyarakat dan Penghancuran Kelas

6 min read · May 18, 2019

anakkopi

Follow
Share

Bukalah matamu, nyalakan gawai, hidupkan koneksi dan menjadi terhubunglah. Baik demi urusan rutinitas atau sekadar hiburan, pengalihan pikiran atas diri yang terasingkan. Ungkapan klise untuk kejemuan nan klise. Tanpa seutuhnya memandang jijik teknologi namun sentuhan lembut dalam kesadaran palsu dari sebagian kecil pengecohan hidup oleh kekuatan besar ini. Kekuatan perusak dengan tampilan jinak—sebagaimana penulis lakukan saat menjabarkan perihal ini; terhubung lewat reifikasi* modal.

Manakala bicara sebagian unsur di atas, maka bagian besar lainnya dari kehidupan yang dimaksudkan adalah “nyata”, dalam artian di luar kedaringan, karenanya menerka manakah yang nyata akan sangat bias pada masa kini, dengan batas garis tipis berbayang dalam imaji.

Kita Berbincang tentang Keseharian.

Tentang kerja, hiburan juga pengulangan lainnya yang sedang dilakukan dalam rentang limit 24 jam pada tahun-tahun kehidupan. Tentang kemestian agar terlibat dalam porsi sebesar apapun pada rantai produksi demi mencukupi kebutuhan hingga memuaskan nafsu konsumsi. Tentang kepatuhan akan kesepakatan pada kebiasaan, nilai, norma dan aturan serta budaya yang telah biasa di mana kita tak pernah bahkan ikut secara langsung (biasanya) dalam ikhwal memutuskannya. Diharuskan. Diwajarkan. Dipaksakan.

Kondisi dan dampak-dampak lain yang mengikuti efek dari sistem (dan perlawanan terhadapnya) menjadi berbagai macam. Keterpaksaan sebagaimana disebutkan sebelumnya, menyeret seseorang pada kecemasan, panik, depresi dan gangguan bahkan simpangan mental lainnya. Dari tingkat normal, menengah dan gawat, juga ukuran kronisnya. Perkembangan jaman diikuti teknologi beserta aspek lainnya termasuk keluwesan sistem dan perubahan metode perlawanan atasnya juga mempengaruhi jenis ragam dari isu mental ini. Secara mendetil mungkin penulis tidak mengkajinya dikarenakan keterbatasan akan bidang dan pemahaman. Namun tulisan ini akan berwujud sebuah upaya untuk memperingatkan dan mendorong lahirnya kembali peninjauan dan upaya dalam menanggulangi permasalahan ini.

Lebih mencolok tentu saja penyebab kericuhan mental merupakan dampak langsung asupan dari polutan hasil kreasi limbah produksi yang kita serap setiap saat. Apakah itu di udara atau lewat makanan yang kita nikmati, riset-riset terkini nampaknya menunjukan demikian.

Isu terkait kesehatan mental menjadi semakin penting dan relevan untuk dikaji agar dapat dicegah atau lebih tepatnya ditanggulangi (mengulang penyebutan di atas) dampak buruknya pada kondisi individu-individu yang hidup dalam masyarakat modern paska industri serta kapital, terutama mereka yang konsisten dalam setiap upaya-upaya penghancuran sistem. Apakah permasalahannya hanya terdapat dalam sistem penghisap ini? Lingkar sosial? Bentuk perlawanan? Ataukah kombinasi dan koinfeksi (cat. Penulis: kondisi saling mempengaruhi satu dengan yang lainnya)? Mari kita coba telusuri bersama.

Cara Kerja Modal

Pemahaman tentang bagaimana modal bekerja, mengalir menjadi penting dalam upaya-upaya awal menelaah kajian ini. Kekayaan yang berdiam dan kekayaan yang

bergerak serta terus menumpuk tentu saja memiliki perbedaan. Bagaimana sang pemilik terdorong mencari keuntungan seraya menghindari kerugian. Hari-hari yang terus dilaluinya dengan kesenangan selubung resah, dikarenakan satu kesalahan kecil akan membuat ia merugi dan disalip oleh pesaingnya, sesama pemilik modal dan pemain di pasar tentu biasanya.

Pemilik yang tekun dalam usahanya, akan mengambil segala keputusan yang baik demi keberlangsungan usaha dan peruntungannya. Segala perkembangan yang baik akan ia coba lakukan, dengan sebelumnya melalukan pertimbangan untuk menekan pengeluaran anggaran. Tidak ada perkawanan sejati dalam hubungan bisnisnya, segala curiga dan prasangka menjadi asupan keseharian jiwanya. Ia menjadi pesakitan dalam segala kekayaannya. Tentu saja ia akan menghindari segala risiko kesakitan nyata yang terhampar di hadapannya, dengan pilihan melemparkan ke samping pada rekanan atau pesaingnya, serta lebih mudah dan memungkinkan adalah membuangnya dari ketinggian di mana ia berada; kepada para pekerja— yakni bawahannya.

Ketika bahkan waktumu untuk bercinta telah menjadi perayaan reifikasi modal atas nama konsumsi, gairahmu padanya adalah dalam bentuk nilai-nilai yang laik untuk diperjualbelikan, maka…engkau menyadari bahwa tiada titikbalik saat segala perlawanan adalah kemestian.

Dalam tatanan struktural, populasi paling besar dan paling menderita hanya bak mamperoleh timpahan kotoran dari mereka yang di atas adalah: kelas pekerja dan kelompok marjinal lainnya.

Negara dan Para Aktor Non Negara

Bagaimanapun modal perlu sokongan pelindung guna memastikan ia bekerja secara aman lewat cara apapun yang dimungkin. Berdasarkan alur legal, dukungan kuasa kontrak sosial antara warga dan pemerintahannya akan membuat ketidakbijakan yang menjembatani kepentingan-kepentingan pekerja dan bosnya; secara perspektif keuntungan ekonomis pastinya. Perangkat hukum mereka sebagai garda multi bentuk baik itu represif maupun simpatik berkesesuaian dalam konflik-konflik yang terjadi.

Lalu, lewat doktrin kelembagaan agama ditentukan standar-standar mayoritas atas kebaikan, yang pastinya dalam penerjemahan akan dicatut apa yang dapat turut melegitimasi nilai-nilai kepatutan semu.

Media dan kekuatan untuk menghipnotisnya akan menyampaikan, membuat kecenderungan pada aspek konsumsi jua persebaran nilai-nilai di atas. Bahu membahulah mereka membentuk lingkar sistem di mana kelas pekerja terkurung berputar-putar tersesat di dalamnya. Bahkan aspek perlawanan sekalipun akan dijadikan sesuatu hal yang dapat dijual, guna memperlemah esensi pergerakan demi perubahannya. Maka mentoklah anda.

Dalam hari liburmu, engkau sudah terlampau lelah untuk berpikir atau bertindak demi mencapai mimpi kebebasanmu. Kalaupun tidak, kau segera dialihkan ke pusat-pusat hiburan demi memperoleh nafas kebahagiaan sejenak, sampai tak terasa hari berakhir dan esok kau kembali dalam rudungan kepenatan kerja.

Get anakkopi’s stories in your inbox

Join Medium for free to get updates from this writer.

Enter your email

Subscribe

Remember me for faster sign in

Dampak Kesehatan Mental

Kukungan dalam lingkar tersebutlah yang kemudian menjadi salahsatu penyebab utama kesakitan banyak orang, tak hanya pekerja bahkan para bos dan petinggi pemerintahan sekalipun!

Engkau dikejar terus oleh tuntutan keseharian demi produksi dengan bekerja, demi menutupi seluruh konsumsimu. Digandakan dengan lonjakan tundingan untuk menuruti standar moral masyarakat yang kian menjeratmu, menuntut dirimu mengikuti arus apa yang baik dalam kaidah keumuman. Apakah kebaikan? Apakah keburukan? Kemerdekaanmu telah dirumuskan dalam garis yang tak kau bentuk sesuai pemahaman dan bisikan hati atas kebaikan demi diri dan sesama; oleh kehendak mayoritas.

Apa jalan lain menembus kebuntuan dalam pemerdekaan hakiki selain penghancuran atas tatanan sebelumnya? Lalu kenapa harus penghancuran— simbolik dan konkrit.

Metodologi Sindikalisme komunal dan individual

Janggal memang dikarenakan kerap kala bicara perihal sindikalisme adalah kecenderungan kelompok. Namun dalam aspek metode kita bisa memilah kemungkinan yang ada untuk dicoba.

Singkat saja, karena dalam tulisan-tulisan lain terkait metode sudah sebelumnya pernah saya jabarkan. Dalam hal pilihan yang bisa diambil secara berkelompok atau perorangan, semisal: sabotase.

Pengerjaan sabotase dalam kaitan waktu setidaknya terbagi dua: memperlambat keluar waktu normal yang ditentukan perusahaan, mempercepat sesuai ketentuan dengan tujuan memberi keuntungan pada konsumen dan kerugian pada perusahaan. Bagaimana mungkin sebuah percepatan dapat merugikan perusahaan? Mungkin. Bilamana anda justru melakukan sebuah hal sangat sesuai dengan ketentuan yang ada, ada kesempatan di mana justru, peluang-peluang kecurangan profit perusahaan anda dilenyapkan lewat cara ini dan memberikannya kepada konsumen.

Bicara metode lain di luar sabotase kebanyakan ideal dilakukan secara berkelompok. Pemogokan sebagai contoh, baik umum maupun liar, akan sulit berdampak merugikan dan menjadi pertimbangan perusahaan dalam mengabulkan tuntutan-tuntutan anda, karena secara masif barulah ia akan memperlihatkan dampak yang dapat menggoyang rantai produksi dan distribusi.

Kedua contoh di atas hanya ulasan singkat dalam keragaman metode yang tersedia, tentu saja tak tertutup dengan inovasi yang disesuaikan pada situasi dan kondisi. Secara visioner metode sindikalisme tentu haruslah dipahami dalam rangkaian penghancuran tatanan dan menuju rangkaian masyarakat ideal baru di mana penghisapan ditepis lewat kerja-kerja mutual nan setara. Selayaknya kerja kembali pada hakikatnya yang bergairah, demi berkarya sebagai salah satu unsur yang memanusiakan manusia, bukan untuk merujuk pada menghasilkan sebagian besar porsi keuntungan pada para pemilik kuasa dan modal; namun untukmu dan semua secara adil merata.

Dalam kerangka proses juga metode di atas dapat melahirkan gelora kebahagiaan. Gairah menyenangkan saat anda benar-benar secara murni membalaskan segala kepenatan sehari-hari kepada mereka yang menyebabkannya. Tentu saja setiap

metode perlu diukur secara berhati-hati, jika anda merasa masih perlu menjaga keamanan diri dan kerabat anda.

Dalam urusan yang lebih jauh, jangan terlewat untuk memikirkan bahwa bagaimanapun jua intervensi medis dan klinis tetaplah dibutuhkan. Pengadaan layanan-layanan pengobatan serta pemutakhirannya demi (tahapan) kesembuhan atas isu mental adalah niscaya tetap kemungkinan besar diperlukan. Metodelogi di atas memangkas pada tingkatan penyebab terkait kondisi yang hadir saat ini.

Kerja-kerja bersama pun seyogyanya dilakukan dalam prinsip saling bantu yang menguntungkan secara adil dan setara; apapun bentuk konkritnya. Upayakan dalam wadah komunal terciptanya sebuah kelompok dukungan yang secara taktis dapat menanggulangi beban individu yang terlibat aktif di dalamnya.

Ingatlah hal ini pada tujuan maupun prosesnya sebagaimana Emma Goldman pernah mengatakan secara esensial:

> Revolusi haruslah menyenangkan

Kiranya sebuah catatan khusus terpisah perlu penulis ajukan sebagai sebuah klausul. Memperhatikan kegembiraan Anarkisme di Indonesia, kini telah tiba saatnya dalam kondisi yang dimungkinkan agar gerakan-gerakan sporadis mampu bersatu bersama dalam lingkup kelembagaan formal dalam bentuk apapun dengan strategi gerakan yang terhubung juga tersistematis. Bertemulah dan rancang bentuk-bentuk kelompok yang sesuai situasi dan kondisi kelokalanmu mempertimbangkan latar serta
tujuannya, apakah itu federasi, asosiasi, afinitas; apapun. Tentunya juga mengukur tingkat keamanan dalam bergerak, di mana pengawasan negara semakin menguat saat ini. Bahkan metode insureksi sekalipun akan tetap bisa menjadi sebuah pilihan, karena sebagai suatu pemanas, ia adalah saluran kemarahan yang perlu diarahkan secara efektif secara cermat, selaiknya juga adanya garis yang berbeda di dalamnya. Arahkan semuanya menuju penghancuran kelas, yang dalam tulisan terbatas ini tentu belum menjawab sama sekali atasnya sebagaimana telah diutarakan pada pembukaan.

Bergembiralah dalam kesedihan hidupmu, bersedihlah dalam kegembiraan para penindasmu.

> *And let there be light? Turn your own fire!*

*Reifikasi adalah penilaian bahwa kesuksesan diukur dari sejumlah benda (benda-benda yang menjadi standar kemajuan) yang dimiliki. Pada konsep seperti itu, maka seseorang dianggap sukses jika mempunyai sejumlah (atau lebih dari satu) benda yang menjadi standar kekayaan pada hidup dan kehidupan modern.

Ditulis Oleh: anakkopi

Follow

Written by anakkopi

193 followers · 23 following

(A)n (E)goist